

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Batasan Penelitian	7
F. Struktur Organisasi Skripsi.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PENELITIAN DAN HIPOTESIS	10
A. Sejarah Permainan Sepak Bola.....	10
B. Karakteristik Permainan Sepak Bola.....	14
C. Teknik Dasar permainan Sepak Bola	18
D. Pengertian Daya Tahan.....	21
E. VO ₂ max	22
F. Tes	26
G. Pengertian Tes Balke	27
H. Pengertian Tes Bleep.....	28
I. Asumsi Dasar.....	36
J. Hipotesis	37
BAB III PROSEDUR PENELITIAN.....	38
A. Metode Penelitian	38
B. Populasi dan Sampel.....	39
C. Desain Penelitian	40
D. Prosedur Penelitian	42
E. Instrumen Penelitian	42
F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA.....	48
A. Hasil dan Pengolahan Analisis Data.....	48
B. Uji Prasyarat Analisis	48
C. Diskusi Penemuan	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	vi